

అధ్యాయము- 3

కుండలినీ యోగము

కుండలినీ శక్తి గురించిన వర్ణన ''యోగశాస్త్రం''లో హఠయోగంలో వస్తుంది. యోగశాస్త్రం అభ్యాసం చేసేవాళ్ళకి చాలామటుకు ''హఠయోగ ప్రదీపిక'' గ్రంథము ఒక పాఠ్యగ్రంథం (Text Book). ఈ హఠయోగ ప్రదీపికలో ''రాజయోగసారం'' అనే విషయం ఉంది.

సామాన్యంగా ఈ యోగశాస్త్రంలోనూ మంత్రశాస్త్రంలోనూ కుండలినీ ప్రసక్తి ఉంటుంది. మంత్రోపాసనలోకూడా ''బీజాక్షరముల'' న్యాసము ద్వారా నిద్రాణంగావున్న కుండలినీ శక్తిని మేల్కొలుపుతారు. ఈ శక్తిని మేల్కొలిపితే దానివల్ల మనిషికి అన్ని దివ్యశక్తులూ సిద్ధులూ కలుగుతాయి. దీనిని గురించి గాయత్రీమంత్రములో కూడా ఉన్నది.

(పూజ్యశ్రీ డా॥ ఇ.వేదవ్యాస IAS అమెరికాలో సాధకులకులను ఉద్దేశించి చెప్పిన ప్రసంగానికి అనువాదమే ఈ 'కుండలినీ యోగము')

మామూలుగా గాయత్రీమంత్రము మెకానికల్‌గా చదువుతారు. కాని ఈ గాయత్రీమంత్రములో 'సప్తవ్యాహృతులు' అనేవాటి స్వభావాన్ని గనక గుర్తించితే దీని విజ్ఞానము గాయత్రీమంత్రములోనే చెప్పబడిందని తెలుస్తుంది. శరీరంలో యోగాభ్యాసం వల్ల మేల్కొనేటటువంటి 'షట్‌చక్రాలు' వున్నాయి. అవి మన శరీరంలో 'నరాలకు కేంద్రాలు' ఎట్లావున్నాయో, అట్లే మెదడు 'బ్రెయిన్' లో ఒక సీక్రెట్ సెంటరున్నది. అట్లాగే వెన్నులో నాడీ (Spinal Centres) కేంధ్రాలున్నాయి. అనగా అనేక 'నాడులు' ఒకచోట కూడలిగాచేరి ట్రాఫిక్ సెంటర్స్ ఎట్లా ఏర్పడుతున్నాయో - ఆ విధమైన సెంటర్‌లు శరీరంలో ఏర్పాడుతున్నాయి. ఈ సూత్రం గురించి తెలిసిన వాడికయితే ఈ చక్రాల గురించి కొంచెం వివరణ (బ్యాక్‌గ్రౌండు) తెలుస్తుంది. 'స్థూలశరీరం' అంటే ఈ కంటికి బయటికి కనపడేది! కానయితే దీనిలోపల ''సూక్ష్మశరీరం'' వుంది! ఈ సూక్ష్మశరీరంలోపల మనోమయశరీరం (Mental Body) ఇంకా ఒకటివుంది! వీటిగురించి తెలియడమే యోగములో మనిషికి క్రొత్త ప్రాథమిక విజ్ఞానము. అయితే పూర్తిగా పుస్తకజ్ఞానము కాకుండా కొంత అనుభవము కూడా ఏమన్నావుంటే వీటి గురించి తెలుస్తుంది.

ఈ కుండలినీ యోగములో అష్టసిద్ధులని చెప్పబడినవి. వానిలో అణిమ, గరిమ, అనునవి ముఖ్యమైనవి యోగశక్తివల్ల బ్రహ్మాండమైన బరువు వుండేది గరిమ. 'గరిమ' అంటే పరిమాణంలో పెద్దగా అవ్వడము. అణిమ అంటే చిన్నగా అవ్వడం. ఆంజనేయస్వామి తన శరీరం పెంచడం తగ్గించడం పురాణాల్లో వింటున్నాము. ఇలా పురాణాల్లో వుండే కథలకంతా బ్యాక్‌గ్రౌండు ఈ అష్టసిద్దులే. ఈ సిద్దులన్నీకూడా మనిషిలో వుండేటువంటి

యోగసెంటర్లలో వున్నాయి. ఎలక్ట్రిసిటీలో స్విచ్‌లు ఎలావున్నాయో అట్లాగే ఈ శరీరంలో వుండేటటువంటివి యోగకేంద్రాలు. ఈ యోగకేంద్రాలకు చక్రాలని పేరు. ఇవి ఆరుచక్రాలు. మొదటిది మూలాధారము - వెన్నెముక ననుసరించుకొని క్రింది నుంచి పైవరకు ఈ చక్రాలు వున్నాయి. థర్మామీటరులో ఎట్లా అయితే పాదరసం పైకెక్కడానికి కాలువ ఉందో అలాగే ఈ వెన్నెముకలో కాలువ వుంది. ఈ వెన్నెముక లోపల మొదడు వెంబడి స్పైనల్‌కార్డ్ (వెన్నుపాము) వున్నది. లోపల ఒక రంధ్రము వెదురుబొంగు లోపల ఖాళీవున్నట్టు వుంది. ఆ ఖాళీలోంచి ఈ శక్తి మనిషిలోపల నిహితమై వున్నది. బ్రెయిన్ లోపల మనం టమోటాపండు కట్‌చేస్తే ఎట్లా ఖాళీలున్నాయో అట్లా బ్రెయిను కట్‌చేస్తే దానిలోపల ఖాళీ వుంది. ఈ ఖాళీ (Ventricles) వెన్నెముకలో నుంచి గొట్టంలాగా కంటిన్యూ అవుతుంది. తర్వాత వెన్నెముకలో నుంచి వచ్చే నరాలను స్పైనలు నరాలు అంటారు. బ్రెయిన్‌లో నుంచి వచ్చే నరాలు క్రేనియల్ నరాలు. ఈ నరాలు నాలుగైదు కలిసేచోట సోలార్ ప్లెక్సస్ (Solar Plexus) లేక గాంగ్లీయా అని అంటారు. బొడ్డుదగ్గర, హృదయం దగ్గర, కంఠం దగ్గర, భ్రూమధ్యం దగ్గర ఈ నరాలు కలిపేటటువంటి కేంద్రాలు; ఇవి యోగానికి శక్తి స్థానాలు.

ఇంగ్లీషు మెడిసన్ రాకముందు నుంచీ యోగశాస్త్రంలో ఈ కేంద్రాలకు చక్రాలని పేరు. మొట్టమొదటి ఈ కుండలినీ శక్తి అనేటువంటిది మన వెన్నెముక అడుగున అంత్యస్థానము ఏదైతే ఉందో (మనం కూర్చునే పీఠస్థానము) దానికి ఆధారంగా వుండేది 'మూలాధారం'. అక్కడికి వెన్నెముకలో స్పైనల్‌కార్డ్ అంతమవుతుంది. ఈ స్పైనల్‌కార్డ్ అంతమయ్యేచోట వెన్నెముకయొక్క అంత్యస్థానములో మనం

కూర్చునేటటువంటి మూలస్థానము, పీఠస్థానమయిన ఈ మూలాధారం – మొత్తం యోగానికంతా అధారం. అది కంద, మెట్టతామర, అల్లం, దుంప చెట్టుకెట్లా అయితే వుంటుందో ఈ వెన్నెముక అనే చెట్టు కందము అట్లావుంటుంది. ఆ దుంపకి సన్నగా పీచులా వ్రేళ్ళు ఎట్లావుంటాయో అట్లా 72,000 నాడులు ఈ కందలో నుంచి శరీరంలోకి వ్యాపిస్తాయి. ఈ 72,000 నాడులు మానవ శరీరంలో స్థూల సూక్ష్మకారణ శరీరాలన్నింటిలోనూ వ్యాపించి పై నుంచి క్రిందికి తమలపాకులో ఈనెలు (Veins) ఎట్లా అయితే వ్యాపించి వున్నాయో అట్లా ఈనాడులు శరీరమంతా వ్యాపించి వున్నాయి.

నిద్రించే దైవశక్తి!

ఇది లోపల అంతరాత్మనుంచి బయట శరీరందాకా అన్నింటిని రక్షిస్తూ బ్రతికించే దానికి కారణం ఈనాడీ మండలం. నాడీమండలం అంటే నరాలుకాదు. ఈ నరాలకంటే వెనకాల సూక్ష్మశరీరంలో వుండేటటువంటి నరాలు. ఈ 72,000 నాడులకు పైన మూలాధారంపైన కుండలినీశక్తి నిల్చి వుంటుంది. ఈ కుండలినీశక్తి సర్పాకారంలో మూడున్నర చుట్టలు చుట్టుకొని పడుకొని వుంటుంది. 'కందోర్ధ్వం కుండలీశక్తిః' – అని కుండలినీశక్తి ఈ కందంపైన వుంటుంది. యోగులు ధ్యానస్థితిలో కుండలినీని దర్శించగల్గుతారు. జ్వాజ్వల్యమానమై సూర్యుడెంత తేజస్సుతో వుంటాడో అంత కోటి సూర్యతేజస్సుతో కుండలినీ శక్తి నిద్రపోతూ వుంటుంది. అది మూడుచుట్టలూ, ఒక అరచుట్టూ మూడున్నర చుట్టలు చుట్టుకొని దానితోక నోటిక్రిందకు పెట్టుకొని నిద్రావస్థలో వుంటుంది. దానిని ఏదైనా వుపాయం వల్ల మనిషి మేల్కొల్ప కలిగినట్లయితే అది

బుసలుకొడుతూ లేచి మేల్కొంటుంది. అది బుసలు కొట్టి మేల్కొన్నపుడు శరీరంలో విద్యుచ్ఛక్తి లాంటి తేజస్సు కలుగుతుంది. ఇది కుండలినీశక్తి యొక్క సిద్ధాంతము.

గురు అనుగ్రహమే కుండలినికి మేల్కొలుపు!

ఈ కుండలినీ శక్తి సామాన్యంగా మేల్కోదు! ఎందుకంటే దానిని మేల్కొల్పడానికి గురువుయొక్క అనుగ్రహమో, దైవముయొక్క అనుగ్రహమో ఉంటేగాని, దానిని ఎలా మేల్కొల్పాలో ఎవరికీ తెలియదు! మేల్కొన్నా అది సర్పంలాగా బుసలుకొట్టి చాలాహడావుడిచేసి మళ్ళీ పడుకొంటుంది! అందువల్ల దానికి హఠయోగపద్ధతిలోగాని యోగాభ్యాసంలోగాని, అష్టాంగయోగంవల్ల గాని స్థూలశరీరాన్ని ఒక కంట్రోల్‌లో వుంచి అంటే రోజూ బ్రాహ్మీముహూర్తంలో లేవడం, నియమితమైన సాత్విక ఆహారం తీసుకోవడం – ఈ మెటిరియలిస్టిక్ మెంటాలిటీ వుండి కేవలం కర్మజీవితం చేసేటటువంటి సహచరులతో చేరకుండా వుండటం, మానసికంగా ఇతరుల చెడు ఆలోచనలు మనం తీసుకోకుండా వుండటం స్వార్థంకోసం కాకుండా ఆత్మవికాసమే ధ్యేయంగా పెట్టుకొని జీవించడం లాంటి నియమాలు అనుసరిస్తూ 'యమము' అంటే శరీరాన్ని అధ్యాత్మిక సిద్ధాంతంలోనికి తీసుకొని రావటం చేయాలి! అపుడు ఈ కుండలినీ మేల్కొల్పడానికి శరీరం సహకరిస్తుంది!

యమం - నియమం!

నియమముద్వారా మనస్సును కంట్రోల్ చేసి మానసికంగా అన్ని చోట్లకు పరిగెత్తెటటువంటి మనసును స్వార్థం నుంచి అప్పగించాలి! చాలా మందికి ఇది తెలీదు! ఊరికే ఏకాగ్రత అని ఉగ్గపట్టుకొని కూర్చుంటే మనస్సును బలవంతాన బిగపడితే నియమమవుతుందా? కాదు. స్వార్థ

దృష్టినుంచి తిప్పి నిస్వార్థ దృష్టిలోనికి కూర్చు చేయగలిగితే నియమము చేతయినట్లే! ఇది చాలాకష్టం!

ఎందుకంటే ఏదో ఒక రూపంలో స్వార్థం ప్రవేశిస్తుంది. పబ్లిక్ సర్వీస్ చేద్దామని బయలుదేరతాడు! అందులో నలుగురు తనను మెచ్చుకోవాలనుకుంటాడు! లేకపోతే తానెవరికి సహాయం చేస్తాడో కనీసం వాళ్లు కృతజ్ఞత కలిగి వుండాలనుకుంటాడు! లేకపోతే చాలా గొప్పవాడనో, భక్తుడనో చాలా నమ్మ కస్తుడనో ఏదో ఒక పేరు సంపాయించాలనే స్వార్థదృష్టిని పూర్తిగా లేకుండాచేసి - మనస్సును ఖాళీగా వుంచగలగాలి! అప్పుడది నియమము!

'నియమేషు తపశ్శబ్దః'

అనగా నియమము అని దేనినైతే చెప్పబడివుందో వేదంలో దానినే ఋషులు తపస్సు అని చెప్పేరు! తపస్సు అంటే కళ్లు మూసుకొని చెట్టుక్రింద కూర్చోవటం ఒకటేకాదు! ''తప ఆలోచనే'' - ఆలోచనే తపస్సు! తపస్సు అంటే ఆలోచన అన్నారు కదా అని ఏదోకటి స్వార్థంతో ఆలోచించుకుంటూ కూర్చుంటే అది తపస్సుకాదు! అది తీవ్రమైన ఏకాగ్రతతో మనస్సు ఎటూ పోకుండా పూర్తిగా గ్రిప్‌చేసే విషయం మీద మనస్సులయంచేసి వళ్లు మరచిదాంతో లీనమై పనిచేయాలి! ఆ చేసేదాంట్లో స్వార్థం లేకుండా మంచిధ్యానంలో లీనమవుతాడు! గొప్ప రీసెర్చిలో లీనమవుతాడు! గురువు యందు విపరీతమైన భక్తితో లీనమవుతాడు! ఈ మూడింటితోనే స్వార్థం లేకుండా మనస్సును నియమంలోనికి తిప్పడానికి వీలుఅవుతుంది!

నిస్వార్థంతో మనస్సు అంతర్ముఖత్వం!

అట్లా తిప్పినప్పుడే మనస్సు అంతర్ముఖం అవుతుంది! అంతర్ముఖత్వం మనస్సును పావనం చేస్తుంది! పావనం చేయడం అంటే మనకున్నది

ఈయడం వలన స్వార్థం నెమ్మదిగా చస్తుంది! తర్వాత గురువుకు సర్వీస్ చేయడంవల్ల అహంకారం చస్తుంది! ఇలా నెమ్మదిగా నడుస్తుంది! బయటికి అపుడపుడు పనిచేసే మనస్సు టెంపరమెంట్ నెమ్మదిగా నిద్దురవచ్చేటపుడు మనస్సుకు ఎట్లా జరుగుతుందో అలాగే జరుగుతుంది! అంటే బయటివస్తువులమీద ఆసక్తి తగ్గిపోతుంది! తర్వాత నెమ్మదిగా కదలక ఒక ప్రక్కకు కూర్చుంటాడు! కూర్చున్న తర్వాత కూడా అన్ని విషయాలూ, మానేసి తనలో తాను ఆలోచనలలో పడతాడు! ఆ పడ్డవాడు తెలియకుండా నిద్రపోతాడు! అట్లాగే ఈ మనస్సును కూడా అంతర్ముఖం చేయడానికి ఒకటివెంట ఒకటి తీసుకోవచ్చు! ఎప్పుడయితే మనస్సు అంతర్లీనవవౌతుందో అప్పుడే మనస్సు నియమంలో పూర్తిగా లయమవుతుంది! శరీరం, డబ్బు, ఏవైతే స్వార్ధ చింతనలున్నాయో అవన్ని గురువుకు అర్పించి నిశ్చితంగా ఉండటం మొదలు పెట్టాలి.

గురుదృష్టితో కుండలినీ మేల్కొనుట!

ఈ మెటీరియల్ కేర్ (Material Care) లేకుండా జీవనోపాధి ఏర్పాటుచేసుకుంటే ఇది కుదురుతుంది. ఇది కుదిరినపుడే గురువు యొక్క చూపు కుదురుతుంది. ఎవడో మామూలు గురువు కాకుండా ఈ టెక్నిక్ తెలిసినవాడు యోగాభ్యాసం చేసినవాడు, యోగంలో వీనిలో మార్పుతెచ్చేటువంటి యోగియైన గురువు వుండాలి. ఆ గరువుయందు వీడు శరణాగతి చేసుకొన్నట్లయితే వీడికి ఇవన్నీ కుదిరిన సమయంలో గురువు అనుగ్రహం ఇస్తాడు. అనుగ్రహదృష్టి అంటే ఏకాగ్రతతో వీనియందు దయతో చూస్తారు. ఆ చూడడంవలనే వీనిలో కుండలిని లేవడం మొదలవుతుంది. అపుడు వీనికి యమ నియమాదులు

అధిగమించి తర్వాత ప్రాణాయామము ప్రత్యాహారము ధారణ, ధ్యానసమాధులు కలగడానికి అవకాశం వుంటుంది.

స్వరశాస్త్రం - యోగశ్వాస !

ప్రాణాయామములో ఈ ఎడమముక్కు కుడిముక్కు అనేటటువంటి ఇడా, పింగళనాడులు, సూర్యనాడి, చంద్రనాడిగా ఉంటాయి. ఈ శ్వాసను మనమెప్పుడూ గమనిస్తే కాసేపు ఎడమముక్కు, కాసేపు కుడిముక్కు ఏప్పుడు ఏదో ఒక ముక్కులో ఆడుతూ వుంటుంది కాని ఎపుడు రెండు ముక్కుల్లో ఒకే సమయంలో శ్వాసాడదు. శ్వాస కాసేపు చంద్రనాడి, కాసేపు సూర్యనాడికి మారుతూ నడుస్తూ వుంటుంది, దీనిని స్వరమని యోగశాస్త్రం చెపుతుంది. స్వరం అంటే ఉచ్ఛ్వాస, నిశ్వాసముల యొక్క గతి. ఈశ్వాస ఎడమ ప్రక్క నుంచి కుడిప్రక్కకు కుడిప్రక్క నుండి ఎడమ ప్రక్కకు ఎపుడుమారుతుందో గమనించగలిగితే వాడు యోగి అవుతాడు. వాడికి ధ్యానం కుదురుతుంది. కొన్ని గంటలు కూర్చుని తన శ్వాస గమనించడమే పనిగా పెట్టుకుంటే మనస్సు, శ్వాస, లయం అవుతాయి. అట్లా లయం అయినపుడే మనస్సు ఎటుపోతుందో శ్వాస పట్టుకోగలదు. శ్వాస ఎటుపోతుందో మనస్సు పట్టుకోగలదు.

''పవన చలన రోధాత్ ఆత్మనిష్ఠో భవత్వమ్''

ఆత్మనిష్ఠ ఎలా కుదురుతుందని రమణమహర్షిని అడిగితే ఆయన అన్నారు. 'ఎపుడైతే మనస్సు నీకు పరమాత్మయందుగాని ఆత్మయందుకాని లయం అవుతుందో ఈశ్వాస బంధింపబడి ధ్యానంలో ఎపుడు ఈ ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములతోటి మనస్సు బంధింపబడుతుందో మనస్సు శ్వాసా, ఎపుడు ఒకచోట లయం అవుతాయొ అప్పుడు ఆత్మనిష్టుడవుతావు' అని. అట్లా గంటలు రోజులు నెలలు వరుసగా లయం కాగలిగితే అది సమాధికి,దారి తీస్తుంది. ఆ నిష్టేధారణ. మనస్సును మంత్రం పెట్టి లేకపోతే గురువుపైన

పెట్టి, లేకపోతే భగవంతునిపైనే పెట్టి ఒక గంటసేపు నిష్టలో ఉంచటం అనేది ధారణ అవుతుంది. ధారణ అనగా ధరించుట.

శ్వాసతో మనస్సు - శరణాగతి !

మనస్సులో ఒక వస్తువును నిలిపి దానియందు శ్వాస, మనసు, ధ్యానము, భక్తి, శరణాగతి దానియందు పెట్టగలిగితే వీటి సర్వశక్తులు దానిమీద ఉంచగలిగితే కుండిలిని అపుడు మేల్కొంటుంది. ఆ లేచినపుడు ఏమవుతుందంటే ఇడ పింగళ (కుడిముక్కు సూర్యనాడి - పింగళనాడి - ఎడమముక్కు చంద్రనాడి - ఇడానాడి) నాడుల మధ్య ఉన్న సుషుమ్ననాడి తిరుపతిలో వైకుంఠద్వారం మూసివేసి వున్నట్టు - మూసి ఉంటుంది.

బాహ్యప్రవృత్తి వున్నంతసేపు ఈ కుడిముక్కు ఎడమముక్కు పనిచేస్తూ వుంటాయి. అంతర్ముఖుడై కళ్లుమూసుకొని లోపల అంతర్లీనమై ఉంటే అపుడు సుషుమ్నానాడి తెరుచుకుంటుంది. సుషుమ్నద్వారం ఎపుడు తెరచుకొంటుందో నిద్రలో వున్న అప్పుడే ఈ కుండలినీశక్తి కదులుతుంది. సుషుమ్న కదలడం మొదలయినప్పటినుంచి వీడెక్కడ చూస్తున్నానరే నిప్పురవ్వలుగ నక్షత్రాలలాగ మిణుగురు పురుగులులాగ రవ్వలుకనపడతాయి. బయటే మీ వుండకపోయినా వీడికి కనపడతాయి. సుషుమ్నా కదిలేటపుడు నక్షత్రములు నిప్పురవ్వలు బంగారు వెండి రజనుల్లాగా కనిపిస్తాయి. ఆ తర్వాత వీళ్లుపూర్తి బ్రహ్మచర్యంలో వుండి గురువు ద్వారా సాధనచేస్తే ఈ కుండలిని, సుషుమ్ననాడి ద్వారంలో ప్రవేశించడానికి ప్రయత్నం చేస్తుంది. బయటికి గబగబా పాములు బుసలు కొట్టినట్లుగా వస్తాయి. అందువల్లనే యోగశాస్త్రంలో వాళ్లు కుండలినీశక్తిని 'పాము' అన్నారు.

గురువుయందే ధ్యాస!

ప్రాణాయామం వల్ల శరీరంలో విపరీతమైన వేడి పుడుతుంది. ఇది హఠయోగంలో బలవంతాన చేస్తారు. అలా ముక్కుపట్టుకొని పూర్తిగా వేడిపుట్టేవరకు చేస్తారు. అట్లా కొన్నాళ్లు చేయగా ఈ సుషుమ్నా ద్వారం తెరుచుకుంటుంది. అలానే కాక గురువు అనుగ్రహంవల్ల కూడా సుషుమ్న కదులుతుంది. కదలగానే శ్వాస వీడికంట్రోల్ లేకుండా ఏడుపొచ్చినట్లు ఎక్కిళ్ళు వచ్చినట్టుగా, శ్వాస దానంతట అదే వేగం ఎక్కువవుతుంది. ఆ ఎక్కిళ్ళకు కుండలినీ దానంతట అదే లేస్తుంది. అది లేస్తున్నప్పుడు గురువు చూస్తాడంతా. వీడు మాత్రం ధ్యాన నిష్టలో ఉండి గురువుయందు మనసుపెట్టి ఎక్కడున్నా ఎంతదూరంలో ఉన్నాసరే గురువు మీదే ఏ కోరికలు లేకుండా, మనస్సు ఉంచగలగాలి. అపుడు గురువు అనుగ్రహం పడినప్పుడు లోపల నుంచి ఈ కుండలినీ లేచి మూలాధారంలోకి ప్రవేశిస్తుంది. అదేమొదటి ద్వారం.

ఆద్వారంలోకి కుండలినీ ప్రవేశించగానే పూర్వజన్మ కర్మప్రారబ్ధం అడ్డుపడుతుంటాయి. దానికి ఈ పాము ద్వారంలోనికి ప్రవేశించడానికి ప్రయత్నం చేస్తుంది. దీనివల్ల ఒకోసారి సాధకునికి శరీరంలో అనారోగ్యం ఆర్థికమైన ఇబ్బందులు రావచ్చు. ఇతరుల వలన కష్టాలు సాంఘికమైన కష్టాలు రావచ్చు.

యోగవిఘ్నాలు!

ఏమి జరగడంతో సాధకుని సాధన ఆగిపోతుందో అవన్నీ జరగడం మొదలవుతాయి. అవన్నీ విఘ్నాలు అనుకొంటారు. కాని కాదు. అవన్నీ

వీడు చేసిన కర్మయొక్క రికార్డ్సు అక్కడ వుంటాయి ఈ సంఘటనలు జరుగుతుంటే దానికి వీడు Passive Reaction లేకుండా గురువు యొక్క కటాక్షం ఎట్లావుంటుందో ఆ ప్రకారం జీవించాలి. కష్టాలు వస్తే వస్తయి అని అనుకొని వుండాలి. ఒక్కోసారి ఒక్కో కష్టమొచ్చి పోయిన తర్వాత, ఒక్కో రోగమువచ్చిపోయిన తర్వాత, నష్టము వచ్చినతర్వాత లోపల ధ్యానము ఎక్కువవుతుంది. మనస్సు తేటబడుతుంది. జబ్బుపడి లేచిన తర్వాత సూర్యచంద్ర నక్షత్రాలు కనపడతాయి.

నాకోసారి ఇలానే నెలా పదిహేను రోజులు టైఫాయిడ్ పడిలేచినపుడు చెవులలో రింగున శబ్దం వినపడేది. ఎవర్నయినా డాక్టర్ల నడిగితే పైత్యం వల్ల చెవులు గళ్లు పడినాయని అంటారు. సాధకుడయిన వానికి నిరంతరం ఓంకారం వినపడుతుంది. ఆ జబ్బు తగ్గినతర్వాత ఏక్కడచూచినా అణువుల్లాగ, నక్షత్రాలలాగ రవ్వలలాగా ఆకాశం నుంచి ఏమిటో రాలుతున్నట్లుగా కనపడుతుంది! దీపావళి కాకరపువ్వొత్తులు రవ్వలు వచ్చినట్లు కనపడతాయి. తర్వాత వీడు లౌకికంగా బ్రతకకుండా - ఏసన్యాసుల దగ్గరో లేక - ఏదో ఒక ప్రాముఖ్యంలేని గుమాస్తాగానో వుండాలి! ప్రజల దృష్టివీడిమీద పడకూడదు!

పడితే వీడికియోగ విఘ్నాలు కలుగుతాయి! అపుడు శరీరం బ్రతకడానికి మాత్రమే తిండి తీసుకొని కావాల్సినంతే నిద్రపోతూ రోజులో మిగతాటైమంతా సాధనలో కంటిన్యూ చేస్తూ ధ్యానం చేయాలి! అపుడు శరీరంలో వేడివస్తుంది! ఈ వేడివచ్చిన టైములో గురువు ఏమి చేస్తాడంటే దండలు పువ్వులు తీసుకెళ్ళి వీడికి ఇవ్వమని వేరేవాడితో పంపుతాడు! ఎందుకాదండలు పువ్వులు వేస్తారనుకొంటారు! కొన్ని రకాల పువ్వులు

అయుర్వేదమూ ప్రకారం ఆ పువ్వుల దండలు వేస్తే ఆ తాపం శాంతిస్తుంది. అచ్చమయిన చందనం చక్రాల వద్ద పట్టిస్తారు! చందనం పట్టించడం వల్ల, ఈ యోగం వల్ల ప్రాణాయామం వల్ల కలిగే తాపం వుపశమిస్తుంది. ఏమైతే దేవాలయంలో పూజకు ఉపయోగిస్తారో (చందనం, పువ్వులు, పచ్చకర్పూరం, పానకం) అవన్నీ కూడా సాధనలో మనిషికి యోగతాపశాంతికి ఉపయోగపడతాయి!

యోగి తాపం - తపం !

శరీరం చేతితో ముట్టుకోవడానికి వీలులేనంత వేడెక్కుతుంది! ఒక్కోసారి రోమకూపాల్లోంచి నెత్తురు వస్తుంది! అవేడికి ముక్కులో నుంచి రక్తం వస్తుంది! తలలో వుండేనాడులు ఈ వేడికి చిట్లుతాయి. ఆరక్తం ముక్కువెంబడి నోటిలోకి వస్తుంది! పూర్వప్రారబ్ధాన్ని బట్టి యోగి చస్తేకూడా చావచ్చు! అపుడు గురువు ఒక్కడేవాడిని రక్షించగలడు! చాలామటుకు కష్టాలను దాటుకొంటాడు! ఒకవేళ చచ్చినా ఈ శరీరంలో ఏమి అభ్యంతరముందో ఆ అభ్యంతరములేని మంచి శరీరంలో ప్రవేశిస్తాడు! ఏమయినా వీడి కంట్రోల్‌లో వీడువుండడు! గురువే రక్షించాలి!

రెండవ - ద్వారం!

కుండలినీ ద్వారం ప్రవేశించిన తర్వాత రెండో సెంటరు మలమూత్రము వచ్చే సెంటరు! అదే సెక్స్‌సెంటరు! ఆ రెండోసెంటరు స్వాధిష్ఠానము! అక్కడనుంచి తర్వాత నాభిదగ్గరకు వస్తుంది! అదే మణిపూరకచక్రము! ఈ ఒక్కో చక్రము దగ్గర ఒక్కోదేవత కనపడతాడు! మూలాదారం దగ్గర గణపతి, స్వాధిష్టానము దగ్గర బ్రహ్మ ఒక్కోద్వారం దగ్గర పద్మం కనపడుతుంది! దానికి 10 రేకులు 11 రేకులు, 8 రేకులు, 4 రేకులు ఇట్లాలెక్కలు వున్నాయి! తర్వాత అక్కడికి వచ్చేటప్పటికి ఓంకారము గాని

గురువు ఉపదేశించిన మంత్రం గురువుపేరేగాని ఆ మంత్రము అక్కడ కొన్నివేలు జపం అవుతుంది! 216000 ఉచ్చారణలు అక్కడ జరుగుతాయి! రెండో చక్రము దగ్గరికి వచ్చేటప్పటికి 4,32,000 ఇట్లా ప్రతివానికి లెక్కలు వున్నాయి! ఇన్ని ప్రాణాయామాలు అక్కడ జరిగి అక్కడనుంచి పై చక్రంకి వెళుతుంది!

అలా వెళ్ళితే హృదయందగ్గర అనాహత చక్రం ఉంటుంది! దానికి 10 దళములు వుంటాయి! అధిష్టాన దైవం రుద్రుడు! రుద్రుడు ప్రత్యక్షంగా కనపడతాడు! ఇట్లా మణిపూరకము, అనాహత చక్రము ఒక్కొక్క దానినే అలా బేధించుకొని వెళుతుంది! మనిషి మెళకువతోనే వుంటాడుకాని మామూలు మెళుకువ కాదు! మనిషి రోజు ధ్యానం చేస్తుంటాడు! ఉప్పు, కారం తినలేడు! ఉప్పు, కారం తింది శరీరంలో కరెంటు ప్రొడ్యూస్‌చేసి షాక్ ఇస్తుంది! పులుపు తినలేడు! ఎందుకంటే కరెంట్ షాక్ ఇస్తే ఎట్లా నరాలు జివ్వుమని లాగుతాయో అట్లానరాలు లాగుతాయి!

యోగి ఆహారము - పత్యము!

తరువాత ఉత్తపాలతోనే అన్నం ఉడకబెట్టి ఆ పాలు అన్నము కలిపి తినాలి! తరువాత పెసరపప్పు వేసి అన్నంవండి ఆవు నెయ్యివేసి తయారుచేసి (పొంగలి) అది ఆహారంగా తీసుకుంటాడు; తరువాత వట్టిపాలే తీసుకుంటాడు! తరువాత తేనె నీళ్ల నిమ్మకాయతో తీసుకుంటాడు! తరువాత నిమ్మకాయను కూడా భరించదు! ఈ ప్రకారం కొన్నాళ్ళయిన తరువాత ఈ రోజు ఆహారం తీసుకుంటే మూడేసి, నాలుగేసి రోజులు ఆహారం తినాలనే గుర్తుండదు. ధ్యానంలో కూర్చునుంటాడు. మన సెక్కడికో వెళుతుంది. రెండేసిరోజులు మూడేసిరోజులు వాడికి

ఆకలెయ్యదు. అదెప్పుడు జరుగుతుందంటే శక్తి అంగిట్లోకి వచ్చిన తర్వాత కుండలినీ శక్తి ఎంచేస్తుందంటే అమృతగ్రంధి నెమ్మదిగా పంచదార పానకము ఎట్లా వుంటుందో అట్లాగ తీగలు సాగుతూ లోపల నుంచి అమృతము స్రవిస్తుంది! అది అమృతమని వాడికి తెలీదు అది మామూలుగా ఏదో చొంగకారుతుందని అనుకుంటాడు. ఇది నాలుక క్రింది నుంచి కారుతుంది! అది ఒక్కోసారి గడ్డలాగా వస్తుంది! ఒకోసారి ద్రవరూపంలో వస్తుంది! దీనివల్ల ఆహారం అక్కరలేకుండా శరీరం బ్రతగ్గల్గుతుంది! ఇంకా కొంచెం వెళ్ళేప్పటికి శారీరకంగా ఇది కూడా అక్కరలేకుండా శక్తిరూపంలో కరెంటు వస్తుంది, దీనివల్ల పూర్తిగా నిరాహారంగా శరీరం ఉండగల్గుతుంది! ఎన్ని రోజులయినా ఏమీకాదు! అంతేకాకుండా వాడి చేత్తో ఏదయినా ముట్టుకొనిచ్చినా కూడా ఆహారం 10 రోజులకు సరిపోతుంది! లేకపోతే వాడి దృష్టితో చూచినా సరే ఆ వస్తువులో అమృతం ప్రవేశిస్తుంది! అందువల్ల యోగుల ముందు ఏదయినా వస్తువుపెడితే వాళ్ళు అనుగ్రహ దృష్టితో చూచిన దాన్ని ఆవస్తువును 'ప్రసాదం' అన్నారు! ప్రసాదం అంటె వస్తువు కాదు! సంస్కృతంలో ప్రసాదం అంటె దానికి అర్థం దయతోను ప్రేమతోను చూడటం 'ప్రసీద' - అంటె శాంతించుట దయ ప్రేమా రెండూ కలిసి ఆవాహన చేయడానికే - ప్రసాదం అని పేరు!

అమృతసిద్ధి!

యోగులెప్పుడూ కూడా ఆత్మజ్ఞానం వల్ల శాంతియున్నూ, ఎదుటివాడి యందు ప్రేమా, కలిగి వుంటారు! కాబట్టి ఈ ప్రసాదము వంకా వాడివంకా, వాడుతెచ్చిన వస్తువులవంకా చూస్తారు. తెచ్చినవాడు భగవంతునికి

సమర్పిస్తున్నాను అన్న భావనతో తెస్తే, వాళ్లు అనుగ్రహ దృష్టితో చూస్తారు. లేక వాళ్ళు కోరికలకోసం, ఇవి జరుగుతాయి అవి జరుగుతాయి అని సమర్పిస్తే వాళ్ళకి అనుగ్రహంకూడా రాదు. ఏదో వాళ్ళకి కావలసిన కోరికలు జరిగితే జరుగుతాయి కాని ఆధ్యాత్మిక మైనటువంటి మేలు వాళ్ళకు జరుగదు.

ప్రసాదంలో అమృతం!

స్వార్థ పూరితమైన కోరిక లేకుండా ఏదైతే వస్తువు సమర్పిస్తారో దీనియందు వాళ్ళు అనుగ్రహదృష్టితో చూస్తే, ఈ కరెంటు వల్ల ఆ వస్తువు యొక్క రుచి Taste పెరుగుతుంది. చాలా అపరిమితమైన పెరుగుతుంది. తర్వాత కొంచెం పదార్థమే ఎక్కువ బలమునిస్తుంది. ఒకరోజు తిన్నది వారము రోజులు (నానా అడ్డమయిన గడ్డీ దానిలో తినకపోతే) సరిపోతుంది. వేరే ఆహారవము అక్కరలేకుండా కొన్ని రోజులు బ్రతగల్గుతాడు మూడవదేమిటంటే మామూలు సాధనలో వాడికి మేలు కలుగుతుంది. అది ఆధ్యాత్మిక అనుగ్రహానికీను కోరికలు తీరడానికీను తేడా, కోరికలు లేనివాడికీ కుండలినీ శక్తి లేస్తుంది. ఈ అనుగ్రహం, కోరికలున్నవాడికి వాడక్కడితోనే ఆగిపోతాడు.

అందువల్లయోగికి అమృతస్రావము లోపల కల్గుతుంది. అట్లా కల్గినపుడు ఆహారం తింటే ఒకవారం వాడికి ఆకలి వుండదు. బాబా చరిత్రలో మొట్టమొదట ఆయన షిర్డీ వచ్చినప్పుడు ఒక రొట్టె బిక్షచేసి తినేవాడు. తిన్న తర్వాత రెండేసి రోజులు తిరిగి ఆహారము తీసుకునేవాడు కాదు తర్వాత వారం రోజులు మంచినీళ్లు పుచ్చుకొనేవాడు. ఆ తర్వాత రొట్టె తెచ్చి అక్కడే పడేసే వాడు.

అట్లా అమృతము స్రవించడం మొదలెడితే ఆకలిపోతుంది. కుండలినీశక్తి ఛేదించుకొని వెళ్ళినప్పుడల్లా ఒక్కొస్థితిలో సినిమాలో కనపడినట్లుగా దూరాన జరిగే దృశ్యాలు కనపడతాయి. ఎక్కడో ఎవరో దూరాన మాట్లాడుకున్న మాటలు టెలిఫోన్‌లా వినపడతాయి. దూర శ్రవణం. దూరదృష్టి, కలుగుతాయి! ఒక్కోసారి వీడి భక్తులుగాని వీడి గురువు సంబంధించిన వాడుకానీ, ఆధ్యాత్మికంగా వీడితో సంబంధమున్న వాడుకానీ ఏదైనా ముఖ్యమైన పనులు చేస్తూ వీడిని తలుచుకొన్నప్పుడు వీడు శరీరంలోనుంచి వెళ్ళిపోయి వాళ్ళతో Participate చేయడానికి వెళ్లిపోతాడు.

దూరాన ప్రత్యక్షం!

ఈ సిద్ధాంతం వల్లనే సద్గురువు ప్రత్యక్షమవటం అన్నది జరుగుతుంది. ఈ చక్రం నుంచే వీడికి సిద్ధి కలుగుతుంది. అందువల్ల ఒకచోట కూర్చుని వాడు తనభక్తులయిన వారందరికీ దర్శనం ఈయన గలిగేశక్తి ఈ హృదయ చక్రం దగ్గరికి వచ్చేటప్పటికి వస్తుంది. కంఠచక్రంలో వచ్చేటప్పుటికి ఏమవుతుందంటే అక్కడవానికి ప్రత్యక్షమయి ఆటైమ్‌లో అక్కడుండి ఏకకాలంలో ఇక్కడ కూడా వుంటాడు ఆకాశం యొక్క Limitation దాటిపోతుంది. అంటే ఇక్కడి నుంచి అక్కడికి ప్రయాణం చేయడం ఇక్కడ వుండడం వల్ల - అక్కడ లేకపోవడం, అంటూజరగదు. అంటే స్పేస్ యొక్క ధర్మాన్ని అతిక్రమిస్తాడు ఆకాశం ఎట్లా అయితే అన్నిచోట్ల ఒకే టైమ్‌లో ఉందో వీడుకూడా ఆ స్పేస్ యొక్క ఆకాశ తత్వాన్ని పొందుతాడు. ఆకాశంయొక్క గుణాన్ని పొందుతాడు! పంచార నీళ్ళలో కలిస్తే నీళ్ళంతా పంచదార ఉన్నట్లు అన్నిచోట్ల ఉంటుంది. అట్లా మనిషి విశ్వంలో

కలిసిపోయి సర్వవ్యాప్తిత్వం పొందుతాడు. భ్రూమధ్యం లోనికి వెళ్ళేటప్పటికి భూతభవిష్యత్ వర్తమానాలలోకి ప్రయాణం చేయగల్గుతాడు. జరుగబోయే భవిష్యత్తు తెలుస్తుంది. గతించిపోయిన చరిత్ర కళ్ళముందే కనపడుతుంది.

కాలజ్ఞాన సిద్ధి!

అంతేకాక గతించిపోయిన కాలంలో వీళ్ళని ఎవరినైనా కలవాలన్నా రాబోయే వాళ్ళని ఎవరినైనా కలవాలన్నా వీడు ఇక్కడే వుండి కాలంతో వీడు పూర్తిగా వెనక్కి వెళ్ళి వాళ్లని కలిసి రాగల్గుతాడు టైమ్‌తో ప్రయాణం చేయగలరు వాళ్లు. వాళ్లు టైమ్, ఆకాశం రెండింటిని అతిక్రమించి పోగలడు! వాళ్ళు శాశ్వాతత్వాన్ని పొంది భగవంతునితో సమానవుతారు! వాళ్ళకు ఎవరైనా నమస్కారంపెట్టి పూజించి ఏదైనా సమర్పణచేస్తే ప్రత్యక్షంగా భగవంతునికి చేసినంతగా వుంటుంది. భగవంతునివలె మనం పూజించడానికి కారణం భగవతత్త్వాన్ని పొందడం. సద్గురువు భగవంతునితో సమానం.

సద్గురువే దైవం!

అందువల్ల సద్గురువుకు శరణాగతి చేసినపుడు భగవంతుడు ఇచ్చే అనుగ్రహం ఇవ్వగలడు. 'నిగ్రహా అనుగ్రహ శిరోధార్యం' అనేవి మూడు వస్తువులు. నిగ్రహమంటే శిక్షించడం అనుగ్రహమంటే వాళ్ళని దయచూపడం.

భగవంతుని స్థితి!

శిరోధార్యం అంటే ఇచ్చిన అనుగ్రహాన్ని తిరిగి తీసుకోవటం అపరాధాన్ని క్షమించగల్గుతాడు, ప్రత్యక్షంగావడం, అంతర్ధానంగావడం ఇవి

భగవంతుని యొక్క ఆరు లక్షణాలు, సద్గురువైనటువంటివాడికి ఈ లక్షణాలన్ని వుంటాయి. సాధకుని ప్రోగ్రస్ ని Speedగా ముందుగా నడిపించగల్గుతాడు. లేదా అడ్డు పెట్టేయ గల్గుతాడు. జన్మలు Cancel చేయుగల్గుతాడు. కొన్ని జన్మల్లో అనుభవించే కర్మను ఇపుడే సరిచేయుగల్గుతాడు. ఈ కర్మంమీద కాలంమీద ఆకాశం మీద ఈ మూడింటిమీద సర్వాధికారం సంపాదించగల్గుతాడు. దీనినే ఈశత్వం అంటారు, వశత్వం అంటే సర్వభూతములు వాడికి వశం అవుతాయి.

కళ్ళతో చూస్తే జంతువైనను చెట్టు అయినను, మనిషియైనను, పిల్లవాడు అయినను వాడికి వశమై ప్రాణాక్రాంతం కావలసిందే. అది ఈశత్వం, వశిత్వం, ప్రాప్తి! ప్రాప్తి అంటే ఈ పని మనం చేయాలి. ఈ వస్తువు మనకు కావాలి అని సంకల్పం వుంటే వెంటనే జరిగిపోతుంది. వెళ్ళి తెచ్చుకోవటం కాదు. తనకు కావాలన్నా తన శిష్యుడికి కావాలన్నా కోరిక కల్గితే వెంటనే సిద్ధిస్తుంది.

సంకల్పసిద్ధి!

విమాన ప్రయాణంలో (Air Travel) ఒకసారి ఏమయిందంటే నా సూట్‌కేస్ మిస్ అయి ఇంకోడికి వెళ్ళి వాడి సూట్‌కేస్ నాకొచ్చింది. నా సూట్‌కేస్ ఎవడికిపోయిందో నాకు తెలియదు! ఒక నిమిషం కాన్‌సన్‌ట్రేట్ చేశాను! రిపోర్టు ఇవ్వడంలాంటి ఫార్మాలిటీస్ రెండురోజులు ముందే జరిగింది. రెండ్రోజులయ్యాక కూడా Airport Authorities నుంచి ఏమీ information రాలేదు. ఆ రెండో రోజు సాయంత్రం నా సూట్‌కేస్ తీసికెళ్ళినవాడు నా సూట్‌కేస్‌కు తాళం వుండదు. వాడు తెరచి అందులో కాగితాల్లో నాపేరు అడ్రసు తెలుసుకొని వెతుక్కుంటూ మా వాకిట్లోకి వచ్చాడు!

ఇదంతా ప్రొద్దున్నే ఒక నిమిషం కాన్సన్ట్రేషన్ చేయడంవల్ల జరిగింది! ఇది కేవలం సంకల్పం వల్లనే జరిగింది - ఇది ప్రాప్తి! ఏదైతే కోరిక మనసులోనికి వస్తుందో చిన్నకోరిక కావచ్చు పెద్దకోరికకావచ్చు అది తక్షణమే తీరుతుంది! ఈ శక్తివల్ల! ఒకసారి ఇలాగే రమణమహర్షికి దగ్గొచ్చింది ఎందుకో పొడిదగ్గు వచ్చిచాలా బాధపడ్డాడు! పడితే ఒక కరక్కాయ బుగ్గనపెట్టుకుంటే దగ్గు తగ్గుతుందని అంటాడు! ఎవరి దగ్గరయినా కరక్కాయవుందా అన్నారు! ఎవరిదగ్గరా కరక్కాయ లేదు! అదే కరక్కాయవుంటే బావుండునే అనుకున్నారు! తర్వాత కొంత సేపటికి కూర్చిలోంచిలేచి లోపలికెళ్లారు రమణమహర్షి! వాకిటి ముందు ఎద్దులబండివొచ్చి ఆగింది! ఒక బస్తాతెచ్చి ఎవరో వాకిట్లో పడేశాడు. ఏమిటీ బస్తా అన్నాడు రమణమహర్షి! ఇక్కడెవరైనా బ్రాహ్మణస్వామి వున్నాడా అన్నాడు! ఉన్నాడు! అన్నారు. అయనకిమ్మని ఈ బస్తా నాకెవరో ఇచ్చారు అన్నాడు! అబస్తాతీస్తే ఆ బస్తానిండా కరక్కాయలున్నాయి! అప్పుడు రమణమహర్షి అన్నార్ట - చూశావా యోగులకి కోరికలెంత ప్రమాదమో! అని. దాని ఫలితం అంతగా వుంటుంది భగవంతుని సంకల్పానికి ఎంత బలముంటుందో యోగి సంకల్పానికీ అంతే బలముంటుంది!

ప్రాప్తి ప్రాకామ్యము !

ఇట్లా కుండలినీశక్తి సహస్రారంలోనికి వచ్చిన తర్వాత అణిమత్య మహిమ, గరిమ, లఘిమ, ప్రాప్తి, ప్రాకారము, అనేటూవంటి సిద్ధులు కలుగచేసుకుంటూ వెళ్ళి చివరికి భ్రూమధ్యంలోనికి వస్తుంది! హృదయంలోనుంచి శిరస్సుదాకా వెళ్ళేవి నాడులు ఉంటాయి! ఈ కుండలిని భ్రూమధ్యంలోకి వచ్చి ఈనాడులను తెరుస్తుంది! అన్నిట్లో ఒకటే

నాడి విశ్వనాడి వుంటుంది. అది సరిగ్గా సహస్రారం ద్వారంలో (Centre) లో వుంటుంది! ఆ ద్వారము అంగిట్లోంచి ఉంటుంది! కుండలినీశక్తి అందులోనుంచి వెళ్ళిది మెరుపులాగా కపాలాన్ని ఛేధిస్తుంది! ఛేదించినపుడు మెరుపు మెరిసినట్లు అంతరాత్మవెళ్ళి భగవంతునిలో కలుస్తుంది. సామాన్యంగా ఇలా జరిగినపుడు మనిషి మరణిస్తాడు. ఒక్కోసారి మెదడు బద్ధలై భగవంతునిలో కలిసిన తర్వాతకూడా కోటికొక్కడు అదే శరీరంలో తిరిగి ప్రవేశించి బ్రతుకుతాడు. అలాంటివాడు ముక్తపురుషుడు. రమణమహర్షి దగ్గర 'నాయన' అని సాధన చేసినవారికి ఈ శక్తి ఇక్కడిదాకా వచ్చి మెదడు బద్ధలుకొట్టుకొని చుట్టుప్రక్కల ఆశ్రమములోని అందరికి కనిపించేలాగ వెలుతురుబయటకు వచ్చింది! తల్లోంచి చిల్లుపొడుచుకొని చిచ్చుబుడ్డిలోంచి వచ్చినట్లు వెలుతురు పైకొచ్చి తర్వాత నెమ్మదిగా క్రిందికి వచ్చింది తల బద్ధలైంది ఆయనకు అనుకున్నారు!

అపుడు ఆయన ప్రక్కన ఆయన భార్య, కొడుకూ, వున్నారు. చచ్చిపోయాడని ఏడుపు మొదలుపెట్టారు. వారు ఇపుడు భగవాన్ ఉంటే ఎంతబావుండు ననుకొన్నారు. వెంటనే 'ఏమిటి నన్నేమైనా పిల్చారా?' అని వచ్చారు. వచ్చి రమణమహర్షి తలమీద చెయిపెట్టి తీవ్రంగా సాధన చేయొద్దంటే చేస్తున్నాడని చెప్పి తలమీద నొక్కేయగానే అది మళ్ళీ అతుక్కుపోయింది. తర్వాత ఏకాంతంలో రమణమహర్షి ఆయన్ని పిలిచి 'నాయనా నీసాధన పూర్తి అయింది' అన్నారు. అని ఇవాళ నుంచి జాగ్రత్తగా బ్రతుకు. డబ్బులు అవీ ముట్టుకోకు పులుపువస్తువులు తినకూడదు. మెటల్ ముట్టుకోకూడదు. నేలకు కాలు తగులకూడదు. అనిచెక్కలతో

పావుకోళ్లు తయారు చేయించారు. చెక్కపాత్రతో నీళ్లు తాగమన్నాడు. చెక్క కంచంలో అన్నం తినమన్నాడు. అపుడు ఆయనకర్థమైంది చెక్కపావుకోళ్లు చెక్క కమండలం ఎందుకు పూర్వఋషులు వాడారో అని! అది శరీరంలో కరెంటువచ్చిన వాడికి అత్యవసరం అప్పుడు క్రింద కూర్చుంటే షాక్‌కొడుతుంది. అందువల్ల జింకచర్మం, దర్భలు వేసుక్కూర్చుంటారు! శరీరంలో అంతవేడి వుంటుంది!

బ్యాటరీలో ఆసిడ్‌పోస్తే కరెంటువచ్చినట్లు శరీరంలోకి పులుపుపోతే కరెంట్ వేడి ఎక్కువవుతుంది. అందువల్లనే యోగులు సాత్వికాహారం తినాలి. ఓనాడు 'నాయన' గారి మనవడు వచ్చి కానీకాసు పట్టుకోమంటే రమణమహర్షి చెప్పినమాట మరచిపోయి, కాణీపట్టుకొన్నాడు. పట్టుకొని కూర్చోగానే కొంతసేపటికి చేతులు వంకర తిరిగిపోవడం మొదలుపెడతాయి. ఏమిటా ఇలా వంకర్లు తిరిగి పోతున్నాయని చూస్తే చేతిలో కాణీ వుండేది జ్ఞాపకం వచ్చి తన గుప్పెడు తెరగానే కాణీ చమటకు తడిసిపోయింది. అలా విసిరిగొట్టగానే కాణీ బంగారమయింది. అపుడు గుర్తొచ్చింది రమణమహర్షి చెప్పినమాట! వెంటనే దానిని ముళ్ళకంచలో పడవేశారు ఆయన.

సిద్ధుల జోలికి పోరాదు!

సిద్ధులకు శరీరంలోంచి వచ్చిన ఏద్రవ్యమైనా ఇతర వస్తువులకు తగిలితే అవి బంగారమయ్యే శక్తి వారిలో వుంటుంది. యోగములో శరీరానికి అటువంటి సిద్దులు కల్గుతాయి. కాని ఈ సిద్ధుల జోలికిపోకూడదు. ఈ సిద్ధులను ఉపయోగిస్తే వందల జన్మలు ఎక్కువవుతాయి.

భ్రూమధ్యంలో గురుదర్శనం!

చివరికి సాధనాంత్యంలో గురువు భ్రూమధ్యంలో దర్శనమిస్తాడు. ధ్యానంలో దర్శనమిస్తాడు. కళ్లు తెరిచేసరికి ఎదురుగా కనబడతాడు – ముట్టుకుంటే చేతికి దొరుకుతాడు. ఈ సాక్షాత్కారము కళ్లు మూసుకుంటే నక్షత్ర మండలంలో చిన్న తారక ఎంత ఉంటుందో అంతచిన్న రూపం ధరిస్తాడు. గురువు, ఆ చిన్న వెలుగులోనుంచి పాదరసం రంగులో అన్ని వేపుల నుంచి కిరణాలు చిమ్ముతూ భ్రూమధ్యంలో దర్శనమిస్తాడు. సకల జీవరాసులలోనూ 'తానే' నిండి ఉంటాడు. అప్పుడు ధ్యానించే 'గురువే' భగవంతుడని ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకొంటాడు సాధకుడు. ఈ భ్రూమధ్యంలో చిమ్మే కిరణాలలో ఒక్కో కిరణం చివర ఒక్కో జీవరాశి వుంటుంది ఎన్ని జీవరాసులున్నాయెూ అన్నీ వారి అంతరాత్మలో కనపడతాయి. అన్నింటికి సెంటరు వీడిలోపలే కనపడుతుంది.

పరిపూర్ణ స్థితి!

ఆ తర్వాత సిద్ధత్వం కలిగి గోడలోంచి నీళ్ళలోంచి కూడా నడిచి వెళ్ళగల్గుతాడు. భౌతిక ప్రపంచం ఏమీ అడ్డుపడదు. రహస్య గాయత్రి అని చెప్పేరే అది అమ్మవారు, శక్తిఏదీ కాదు. అది కుండలినీశక్తియెుక్క రూపం. ఈ కుండలినీ శక్తి మూలాధారంలో నుంచి బయల్దేరి 72,000 నాడులలోంచి ప్రవహించినపుడు ఒక్కో నాడిలోంచి ప్రవహించేటపుడు బంగారు రంగు కిరణంతో ప్రకాశిస్తుంది. అపుడు దానిని గాయత్రి అంటారు. నీలమైన తేజస్సుతో ప్రకాశిస్తే సావిత్రి అంటారు. తెల్లని తేజస్సుతో ప్రకాశిస్తే సరస్వతి అంటారు. ఇట్లా శ్యామల, లలిత, రాజరాజేశ్వరి – ఇవన్నీ కూడా ఆ కుండలినీశక్తి యెుక్క కిరణ ప్రసారంలోని రూపాంతరాలేనని యోగి తెలుసుకుంటాడు.

దైవంతోతాదాత్మ్యము!

ఇట్లా 72,000 శక్తులు మన దేహంలో ఉన్నాయి. ఇవన్నీ సహస్రారంలోనికి వెళ్ళినపుడు కుండలినీశక్తి భార్య! సహస్రారంలో పరబ్రహ్మ భర్త! ఈ రెండూ ఇక్కడ ఐక్యస్థానం పొందినపుడు ఐక్య భావంతో 'శివ-పార్వతులు' కలుసుకొంటారు. అపుడు ప్రకృతి జగన్మాత ఈ భగవంతుడు రెండూ ఏకత్వస్థితిని పొందుతాయి. అపుడే కపాలబేదన జరుగుతుంది! అపుడు ఏకీకృతమై శివశక్త్యాత్మము, రెండూ అవుతాయి. అపుడు ఈ జగత్తుదాటి వెళ్ళేటటువంటి నారాయణ తత్త్వము మొదలవుతుంది. భ్రూమధ్యంలో అన్నివేపులా కనపడేటువంటి గురువు పరమాణువులే నారాయణతత్త్వము! దానిగురించి వేదములలో ఇట్లు చెప్పినారు 'సహస్ర శీర్షాపురుషా' అని సహస్రారంలో వుంటాడు. ఈ పురుషుడైన గురువు. ఈ విషయం కోటానుకోట్లలో ఏ ఒక్కడికో తెలుస్తుంది! కబీరుదాసు వ్రాసిందాంట్లో నీలమైన వజ్రం లాగా కనపడతాడు గురువు. ఈ రహస్యం ఎవరికి తెలుస్తుందో వాడు జన్మ మృత్యువులను దాటగల్గుతాడు!

ఇటువంటి అనుభవాలు ఇతరులు ఎంత చెప్పినా, ఎన్ని రకాలుగా వర్ణించి చెప్పినా ఎవరికి వాళ్ళకు అనుభూతం (Experience) అయితేనే ఆనందంగా వుంటుంది.

★